

LUNEDI 2	MARTEDI 3	MERCOLEDI 4	GIOVEDI 5	VENERDI 6
				09:30-12:00 TESSITURA CREATIVA
	16:00-17:30 ARTE BENESSERE	15:00-19:00 CUCITO CREATIVO		
	17:00-18:00 SALOTTO DELL'ENIGMISTA			
LUNEDI 9	MARTEDI 10	MERCOLEDI 11	GIOVEDI 12	VENERDI 13
		10:00-11:30 FORMAZIONE mod. 3 GRUPPO ABC		09:30-12:00 TESSITURA CREATIVA
	16:00-17:30 ARTE BENESSERE	15:00-19:00 CUCITO CREATIVO		
17:30- 19:00 FORMAZIONE mod. 1 ALZHEIMER E DEMENZE	17:00-18:00 FORMAZIONE mod. 4 TÈ CON INFERMIERA			
LUNEDI 16	MARTEDI 17	MERCOLEDI 18	GIOVEDI 19	VENERDI 20
	11:00-12:00 PALESTRA DEL RESPIRO			09:30-12:00 TESSITURA CREATIVA
	16:00-17:30 ARTE BENESSERE	15:00-19:00 CUCITO CREATIVO		
17:30- 19:00 FORMAZIONE mod. 1 ALZHEIMER E DEMENZE		17:30-19:00 MUTUO AIUTO CAMERA CON VISTA*	17:30-19:00 FORMAZIONE mod.2 DISTURBI COMPORTAMENTALI	
LUNEDI 23	MARTEDI 24	MERCOLEDI 25	GIOVEDI 26	VENERDI 27
	11:00-12:00 PALESTRA DEL RESPIRO	10:00-11:30 FORMAZIONE mod.3 GRUPPO ABC		09:30-12:00 TESSITURA CREATIVA
	16:00-17:30 ARTE BENESSERE	15:00-19:00 CUCITO CREATIVO		
			17:30-19:00 FORMAZIONE mod.2 DISTURBI COMPORTAMENTALI	
LUNEDI 30	MARTEDI 31			
	11:00-12:00 PALESTRA DEL RESPIRO			
	16:00-17:30 ARTE BENESSERE			

ATTIVITÀ DI OTTOBRE



Iscrizione e partecipazione a CasaViola sono gratuite. Le attività sono riservate agli iscritti. Per partecipare segnala il tuo interesse alle operatrici

* presso lo Yacht Club Adriaco

VIENI A CONOSCERE CASAVIOLA

dal lunedì al venerdì 10:00 – 13:00 e 14:00 – 17:00

Via Fabio Filzi, 21/1, Trieste - Tel. 040 362766 - casaviola@debanfield.it

Spazio di ascolto e di sostegno dedicato alle persone che si prendono cura dei malati di Alzheimer e altre demenze.

FORMAZIONE – Modulo 1

Alzheimer e demenze

Con **Antonella Deponte** consulente familiare

Due incontri per conoscere queste malattie e le conseguenze che hanno sulla vita quotidiana. Si parlerà delle principali forme di demenza, del loro esordio, delle fasi e dell'evoluzione, soffermandosi sui sintomi cognitivi caratteristici e sulle conseguenze che portano nella vita di ogni giorno.

FORMAZIONE – Modulo 3

Gruppo ABC

Previa iscrizione
con **Loredana Civita** conduttrice di gruppi ABC
e **Alessandra Sau** psicologa

Un ciclo di 8 incontri, attraverso l'Approccio Capacitante® del prof Pietro Vigorelli, hanno lo scopo di aiutare i partecipanti a uscire dal tunnel dell'impotenza e a diventare dei curanti esperti nell'uso della parola.

L'obiettivo del lavoro di gruppo è favorire l'acquisizione di nuove competenze da parte del caregiver per **riuscire a comunicare con la persona malata** che fatica a capire la parola altrui e a farsi capire.

FORMAZIONE – Modulo 2

Disturbi comportamentali

Con **Elisa de Morpurgo** psicologa di CasaViola

Due incontri per conoscere i principali disturbi comportamentali nelle demenze e imparare come gestirli. Saranno trattati: apatia, aggressività, agitazione psicomotoria, affaccendamento, deliri e allucinazioni, depressione e vagabondaggio.

FORMAZIONE – Modulo 4

Tè con l'infermiera

con l'infermiera geriatrica **Silvana Simonovich**

Silvana Simonovich, specializzata con un Master in Geriatria, collabora da molti anni con l'Associazione de Banfield nella consulenza e assistenza infermieristica domiciliare. Affronta in un ciclo di incontri alcuni **temi cruciali nell'assistenza e cura agli anziani fragili**, come la contenzione fisica e farmacologica, la prevenzione delle cadute, l'alimentazione e l'igiene dentaria nel malato di demenza. Sarà a disposizione per **consigli e indicazioni specifiche**.

MUTUO AIUTO

Camera con Vista

con **Antonella Deponte** consulente familiare

Un **gruppo di auto aiuto** per caregiver di persone ammalate di demenza, che si incontrano una volta al mese per condividere difficoltà ed incertezze simili che si affrontano nel prendersi cura del proprio caro, in un luogo protetto dove poter esprimere le proprie emozioni senza essere giudicati dagli altri.

LABORATORIO

Arte per il Benessere

con **Caterina Stolfa** arteterapeuta

Questa attività si propone di **migliorare il benessere** percepito, attraverso il **disegno e l'espressione libera**, con l'utilizzo di tecniche e materiali diversi.

Non è richiesta alcuna abilità o esperienza precedente ma solo il desiderio di sperimentare un momento di pausa e serenità attraverso la libera espressione creativa.

LABORATORIO

Tessitura Creativa

con **Giuliana Balbi** artista e stilista

Laboratorio che avvicina i partecipanti ad una forma espressiva artigianale-artistica poco conosciuta: quella del telaio. Con questo strumento si possono realizzare elaborati tessili molto particolari, **esprimendo sul tessuto le proprie emozioni**. Un vero e proprio **spazio per se stessi** nel quale **socializzare**, ma anche sviluppare le proprie **capacità manuali**.

LABORATORIO

La Palestra del Respiro Consapevole

con **Leonarda Majaron** professionista e docente di Biodinamica
Craniosacrale

Un ciclo di 6 incontri, mirati al benessere personale, per allenarsi ad ascoltare il proprio respiro indirizzandolo nelle zone che si percepiscono in tensione. Questa tecnica porterà da subito benefici: un aumentato vigore, energia e capacità di concentrazione. Sarà utilizzato anche come veicolo per introdurre nel corpo sensazioni di serenità avvalendosi di visualizzazioni e di esercizi esperenziali.

LABORATORIO

Cucito Creativo

a cura delle volontarie dell'emporio della solidarietà

Da molti anni le volontarie dell'Associazione de Banfield curano una sezione di cucito, ora aperta a chi frequenta CasaViola. Un tempo da dedicare alla creatività, confezionando bellissimi oggetti fatti a mano: articoli per la casa, borse e molto altro ancora. Gli oggetti prodotti saranno esposti all'Emporio della Solidarietà e serviranno a sostenere le nostre attività di aiuto ai familiari e a chi è in difficoltà.

INCONTRO

Salotto dell'Enigmistica

con **Giorgio Dendi** matematico ed enigmista

Simpatici incontri per tenere sempre in allenamento il nostro cervello. Scopriremo insieme i segreti dei giochi più comuni: anagrammi, rebus, cruciverba ecc. e passeremo un **momento spensierato e divertente**. L'incontro è **adatto a tutti**, grandi e piccini.
Incontro aperto a tutti.